



Na chrbte koňa k lepšiemu fyzickému a psychickému zdraviu

Soňa Boriová^{1,2} – Robin Pěnička¹

1 Ústav antropologie Přírodovědecké fakulty Masarykovy univerzity, Kotlářská 2, 611 37 Brno

2 Archeologický ústav AV ČR, Brno, v. v. i., Středisko pro výzkum paleolitu a paleoantropologie, Dolní Věstonice 25

Do redakce doručeno 10. října 2018; k publikaci přijato 5. prosince 2018

ON THE HORSEBACK FOR BETTER PHYSICAL AND MENTAL HEALTH

ABSTRACT This article deals with hippotherapy and therapeutic use of horse, its characteristics and biomechanical patterns which are crucial for this type of therapy. In the field of hippotherapy, we conducted a survey of the laic public (control group, 40 respondents) and participants of the therapy (research group, 38 respondents) using the anonymous questionnaire method. The results in the control group show good public awareness (100% of respondents) of this type of therapy and its use. The results in the research group gave an overview of the composition of the clients (mostly patients with physiological and combined problems; 76% of the respondents) and the way patients use therapy most (mainly as a complementary type of therapy; 92% of respondents). Differences between groups were observed, for example, in information sources. In the control group, internet was the most common source of information (29% of respondents), while in the research group, the popularity of the use and effectiveness of therapy was spread mainly by oral administration between patients and clients (47% of respondents). On the other hand, similar answers in both groups were recorded regarding the health issues which can hippotherapy relieve from and efficiency and use of this therapy mainly as complementary. This fact shows that general public is well and truly informed about use and effect of hippotherapy.

KEY WORDS horse; hippotherapy; training; relationship with animals; movement; psychic

ABSTRAKT Tento článok sa venuje hipoterapii ako terapeutickému využitiu koňa, jej charakteristike a biomechanickým zákonitostiam, ktoré sú kľúčové pre tento druh terapie. V oblasti hipoterapie sme pomocou dotazníkovej metódy vykonali prieskum laickej verejnosti (kontrolná skupina; 40 respondentov) a účastníkov terapie (výskumná skupina; 38 respondentov). Výsledky v kontrolnej skupine poukazujú na dobrú informovanosť verejnosti (100% respondentov) o tomto druhu terapie a jej využití. Výsledky v skupine výskumnej poskytli náhľad do zloženia klientely (najmä pacienti s problémami fyziologického a kombinovaného charakteru; 76% respondentov) a spôsobu akým pacienti terapiu najviac využívajú (hlavne ako doplnkový typ terapie; 92% respondentov). Rozdiely medzi skupinami boli pozorované napríklad v informačných zdrojoch. V kontrolnej skupine bol najbežnejším zdrojom informácií internet (29% respondentov) zatiaľ čo v skupine výskumnej sa povedomie o využití a účinnosti terapie šíri najmä ústnym podaním medzi pacientmi a klientmi (47% respondentov). Naopak boli vo oboch skupinách zaznamenané zhodné odpovede týkajúce sa zdravotných problémov, od ktorých hipoterapia uľavuje, efektivity a využitia terapie najmä ako doplnkovej. Tento fakt ukazuje, že široká verejnosť je dobre a pravdivo informovaná o použití a účinkoch hipoterapie.

KLÚČOVÉ SLOVÁ kôň; hipoterapia; výcvik; vzťah k zvieratú; pohyb; psychika

ÚVOD DO PROBLEMATIKY

Hiporehabilitácia je jedným z najrozšírenejších druhov animoterapie. Má pozitívny vplyv na človeka po fyzickej a psychickej stránke. Prvé písomné zmienky o hipoterapii nachádzame už v období starovekého Grécka (Bizub – Joy – Davidson 2003, 378) avšak až v dnešnej dobe pozorujeme jej

najväčší rozmach. Len v Českej republike, podľa České hiporehabilitační společnosti, momentálne registrujeme 8 stredísk praktickej výuky, 25 stredísk doporučenej hiporehabilitácie, 11 registrovaných prevádzkových stredísk a 10 stredísk pridružených, ktoré sa tomuto druhu terapie venujú (Česká hiporehabilitační společnost 2018). Tento typ terapie využíva koňa ako terapeuta pre liečbu alebo rehabilitáciu telesných

a psychických ochorení. Používá sa hlavne pri ochoreniach, ktoré po odznení akútnych stavov vyžadujú ďalšie liečenie (Hollý – Hornáček 1998, 15).

Vplyv na fyzickú stránku človeka má najmä trojrozmerný pohyb koňa. Konský krok je vo svojej biomechanickej podstate veľmi príbuzný ľudskej chôdzi. Ide o skrížený pohybový (krokový) vzor pohybu dopredu. Na strane vykračujúcej sa predsúva panva zatiaľ čo na opačnej strane sa predsúva rameno a dolná končatina. Tento fakt je dôležitý pri nacvičovaní chôdze pomocou hipoterapie (Hollý – Hornáček 1998, 15). Zlepšenie a pokroky vo fyzickej sfére sú individuálne. U niektorých pacientov sa prejavujú skôr a intenzívnejšie, u niektorých neskôr a s menšou intenzitou (Teichmann Engel 2008, 255–257).

Vplyv na psychickú stránku človeka hrá v procese liečenia významnú rolu, najmä u chronicky chorých. Je zdrojom motivácie po dlhých, únavných liečebných procedúrach či rehabilitáciách, kedy pacient o cvičenie stráca záujem. V človeku sa prostredníctvom motivácie a interakcie so zvieratom vytvárajú pozitívne emócie, ktoré sú základom pri liečení psychických ochorení (Dušek a kol. 1992, 62; Hollý – Hornáček 1998, 18–19; Černá Rýněšová 2011, 15–16). Dôležitá je schopnosť koňa nadviazať neverbálny kontakt s človekom. Kôň od prírody nie je vtieravý, násilne sa neponúka a týmto spôsobom podporuje aktivitu samotného pacienta. Tým, že sa pacient naučí porozumieť pohybom a správaniu koňa bez toho, aby mu niečo hovoril, naučí sa tieto vzorce analogicky preniesť do komunikácie s ľuďmi. Významným terapeutickým faktorom je pravidelná starostlivosť o koňa. V klientovi vytvára zmysel pre užitočnosť, vytrvalosť, zodpovednosť a samostatnosť (Hollý – Hornáček 1998, 19).

Prax preukazuje, že pokroky vo fyzickej oblasti nastupujú omnoho skôr, avšak ich dlhodobé trvanie je podmienené dodržiavaním pravidelnosti terapie. Na rozdiel od fyzických účinkov, zmeny v psychike a správani prichádzajú neskôr, a majú aj po ukončení rehabilitácie dlhodobé trvanie (Bizub – Joy – Davidson 2003, 381).

Hiporehabilitáciu tradične delíme do troch hlavných oblastí (Hollý – Hornáček 1998; Černá Rýněšová 2011; Teichmann Engel 2009; Slovenská hipoterapeutická asociácia 2018). *Oblasť hipoterapie* je liečebná metóda, pri ktorej je klient, čo sa ovládania koňa týka, úplne pasívny. Ako terapeutický činiteľ je využívaný prirodzený pohyb koňa. Ten slúži pre klienta ako motorický vzor a zároveň ako balančné cvičenie. Zlepšuje u klienta koordináciu, stabilitu, upravuje svalové napätie a pôsobí pozitívne na psychiku človeka. Hipoterapia sa používa hlavne v oblasti fyzických ťažkostí, pri ochoreniach nervového systému (napr. detská mozgová obrna), pri vadách pohybového aparátu (napr. rôzne formy skoliózy) alebo periférnych poruchách pohybového systému (vrodené či porúrazové stavy). Každý klient má individuálne zostavený plán s cieľom. Terapeutická jednotka trvá väčšinou 15 až 20 minút, odporúčaná dĺžka terapie je 3 až 6 mesiacov, 2 až 3 krát týždenne. Je to minimálna doba, po ktorej sa prejavuje pozitívny efekt terapie (Hollý – Hornáček 1998, 50; Černá Rýněšová 2011, 10). Ďalšími oblasťami sú *psychologické*, *pedagogické*

a *psychoterapeutické jazdenie* a *športové jazdenie postihnutých*, ktorým sa náš prieskum nevenuje.

Hipoterapia využíva lokomotorické impulzy emitované z chrbta koňa počas chôdze. Impulzy produkované chodiacim koňom sú spôsobené zdvihnutím zadnej končatiny do vzduchu a dopadom prednej končatiny na zem (Janura a kol. 2009). Pri jazdení kôň svojim krokom vyšle 90–110 rytmických impulzov za minútu (Tauffkirchen 2000). Šíria sa v sagitálnej, horizontálnej a frontálnej rovine (trojrozmerný pohyb). U pacienta vyvolávajú reakciu v podobe pohybu v bedrovom kĺbe a v podobe klesania, stúpania a ohýbania panvy dopredu a dozadu (okrem iných). Táto reakcia simuluje pohyby vyvolávané chôdzou. Pohyb na jednej strane pôsobí uvoľňujúco na svalstvo a normalizuje svalový tonus. Na strane druhej zapája axiálne a autochtónne svalstvo, ktoré sa snaží prispôbiť pohybom koňa a vytvára spätnú väzbu. Pacient zlepšuje svoju rovnováhu, stabilitu a koordináciu pohybov. Postupom terapie dochádza k pôsobeniu vyššieho tlaku jazdca na konský chrbát (tým, že dochádza k uvoľňovaniu svalstva v dôsledku získavania dôvery a skúseností s jazdou na koni) a zvýšeniu stability (centrá tlaku sa po niekoľkých terapiách stabilizujú oproti prvej terapii). S týmto trendom sa pravidelne stretávame pri osvojovaní si akýchkoľvek nových pohybových aktivít. Na začiatku existuje vyššie sprievodné napätie (v prípade hipoterapie najmä v oblasti panvy a dolných končatín) a určité fyziologické zmeny na individuálnej úrovni, ktoré sú neskôr vystriedané relaxáciou (Janura a kol. 2009). Dochádza k posilňovaniu oslabených svalov a ťažavaniu skrátených svalov. Takto je kôň schopný pacientovi poskytnúť živé protézy, potlačiť a preučiť patologickú chôdzu človeka, odblokovať choré dolné končatiny od zdravého trupu (Hollý – Hornáček 1998, 15; Černá Rýněšová 2011, 15). Pri jazde na koni však zapájame aj všetky ostatné svalové skupiny pomocou rôznych cvikov, ako je ťažavanie sa do hrivy, rotácia tela, hádzanie lopty medzi jazdcami alebo medzi jazdcom a terapeutom, dámsky sed a ďalšie (Černá Rýněšová 2011, 46). Prenos rytmického pohybu má priaznivé účinky aj na iné telesné funkcie (dýchanie, vylučovanie hormónov, látková výmena, peristaltika). Pozitívny vplyv na uvoľnenie svalstva má aj skutočnosť, že telesná teplota koňa je o 1 stupeň vyššia ako u človeka (Hollý – Hornáček 1998, 14–16; Černá Rýněšová 2011, 15, 46).

K dosiahnutiu vyššie popísaných stavov sa využíva *korektný sed* na koni (Obr. 1) alebo *chodenie do kruhu*, ktorým vieme naprávať skoliózy tým, že klienta posadíme konkavitou smerom von z kruhu (Obr. 2) (Hollý – Hornáček 1998, 22–25, 33–40).

V prieskume sme chceli zistiť do akej miery je laická verejnosť, ktorá bola označená v tomto prieskume ako kontrolná skupina, informovaná a oboznámená s hipoterapiou, ako sa o nej dozvedeli a čo si myslia o jej účinnosti. Výsledky sme porovnali so skupinou výskumnou, teda skupinou účastníkov terapie, aby sme zistili či je hipoterapeutická prax a skúsenosti s ňou zhodná s informáciami, ktoré sa dostávajú širokej laickej verejnosti. Vo výskumnej skupine bolo cieľom zistiť s akými problémami najčastejšie ľudia tento typ terapie vyhľadávajú, či im reálne pomáha a v akej oblasti.



Obr. 1. Korektný sed – sed obkročmo, panva podsadená, ramená voľne spustené, lakte pri tele, trup vzpriamený. Dolné končatiny sú ohnuté v bedrovom, kolennom a členkovom kĺbe, päta je najnižším bodom tela. Ucho, plece, bedrový kĺb a päta sú ideálne v jednej rovine vyznačené červenou líniou (Hollý – Hornáček 1998, 33–40). Foto Soňa Boriová.



Obr. 2. Chodenie do kruhu – chrbát pacienta sa vo frontálnej rovine ohýba konvexne smerom von z kruhu. Ramenná a panvová rovina koňa a pacienta sú rovnobežné, to spôsobuje predsunutie vonkajšieho ramena a vnútornej strany panvy. Zelená línia značí trasu koňa, červená línia vyznačuje vertikálnu rovinu, modrá línia značí ohnutie chrbtice jazdca (Hollý – Hornáček 1998, 22–25). Foto Soňa Boriová.

Otázka č.	Znenie otázky	Odpoveď
1	Viete o čo sa jedná, keď sa hovorí o hiporehabilitácii/fyzioterapeutickom jazdení?	áno / nie
2	Ak áno kde/ako ste sa s týmto druhom rehabilitácie zoznámili?	od lekára/psychológa / od známych-priateľov / z internetu / z tlačie-letákov / z odbornej literatúry / iné
3	Ak nie – čo si pod daným pojmom predstavujete?	voľná
4	Viete aké problémy sa dajú liečiť/zmierňovať prostredníctvom tohto druhu terapie?	voľná
5	Zvolili by ste v prípade potreby takýto typ terapie?	áno / nie
6	Svoju voľbu odôvodnite.	voľná
7	Myslíte si, že je takýto typ terapie účinný?	áno / nie / čiastočne / v kombinácii s inou terapiou
8	Myslíte si, že je takýto druh terapie bezpečný pre pacienta?	áno / nie

Tab. 1. Znenie dotazníku pre kontrolnú skupinu.

METODIKA A ZBER ÚDAJOV

Pre zber dát sme zvolili dotazníkovú metódu. Použili sme polo-štruktúrovaný typ anonymného dotazníku, ktorý kombinuje otázky otvorené, s voľnou odpoveďou a otázky uzatvorené, to znamená otázky s výberom medzi pevne stanovenými odpoveďami či možnosťami (áno/nie/čiastočne a ďalšie) (Babbie 2014, 249).

Dotazníky boli anonymné a respondenti ich vyplňali dobrovoľne. Na výslednej forme dotazníkov sme spolupracovali s hiporehabilitačným centrom Epona v Brne. Presné znenie dotazníkov pre obe cieľové skupiny je uvedené v tabuľke 1 a 2 (Tab. 1; Tab. 2).

Odpovede respondentov kontrolnej aj výskumnej skupiny sme zbierali prostredníctvom osobného kontaktu, oslovovali sme respondentov prostredníctvom e-mailu (hiporehabilitačné centrá) a dotazník bol zverejnený a voľne prístupný on-line na internete (<https://www.surveio.com/survey/d/E5A6F8H-6L9I5I1G8S>; <https://www.surveio.com/survey/d/I3P0F3R-2K8O6L2B2I>). Pre zber dotazníkov on-line sme použili internetovú službu *Survio* (Survio 2016).

Prieskum prebiehal v roku 2016 (január – apríl) na území Českej a Slovenskej republiky. Nazbierané dáta sme vyhodnocovali s použitím programu Excel. Jednotlivé otázky v oboch skupinách boli vyhodnotené prostredníctvom grafov a slovným komentárom.

Otázka č.	Znenie otázky	Odpoveď
1	Ako ste sa dozvedeli o hiporehabilitácii?	od lekára/psychológa / od známych-priateľov / z internetu / z tlač-letákov / z odbornej literatúry / iné
2	Na základe akých problémov navštevujete hiporehabilitáciu?	fyziológické / psychologické / kombinované / pedagogicko – výchovné / sociálne (kontakt) / iné (respondenti mali možnosť odpovede kombinovať)
3	Ako dlho a ako často navštevujete tento typ terapie?	voľná
4	Aké máte očakávania od hiporehabilitácie?	voľná
5	Vidíte rozdiely v zdravotnom stave po začatí/absolvovaní terapie?	áno / nie
6	V akej oblasti vám príde rehabilitácia najúčinnnejšia/najprínosnejšia?	hrubej motoriky (chôdza, práca s telom) / jemnej motoriky (úchop, práca s prstami) / psychickej / emocionálnej / správanie / sociálna integrácia / iné
7	Navštevujete/navštevovali ste aj iný druh terapie/rehabilitácie?	áno / nie

Tab. 2. Znenie dotazníku pre výskumnú skupinu.

V kontrolnej skupine bol celkový počet respondentov 40, ktorí odpovedali na 8 otázok (Tab. 1).

Vo výskumnej skupine bol počet respondentov 38, ktorí odpovedali na 7 otázok (Tab. 2).

VÝSLEDKY

V kontrolnej skupine výsledky poukazujú na dobrú informovanosť laickej verejnosti (100%). Najbežnejším informačným médiom bol v tomto prípade internet (29%). Na druhom mieste boli priatelia a známi (21%) (Graf 1). Väčšina respondentov má pomerne dobrú predstavu o tom, na čo hipoterapia slúži a aký okruh ľudí ju využíva. Odpovede sa vo veľkej miere zhodovali. Respondenti uvádzali problémy psychického alebo emocionálneho rázu a problémy týkajúce sa pohybového aparátu. Niektorí respondenti uvádzali aj konkrétnejšie prípady ako napríklad detská mozgová obrna, spasmus, skolióza alebo úzkosť. Len 2 respondenti zo 40 opýtaných nevedeli uviesť príklad. Len minimum respondentov uviedlo, že takémuto druhu terapie úplne nedôverujú, a že v prípade potreby by primárne siahli po iných liečebných procesoch (13%) (Graf 2). Dôvodom bol vo väčšine prípadov strach z koní či nedôvera voči liečebnému procesu. Respondentom z kontrolnej skupiny prišla hipoterapia i sama o sebe (50%) ale aj v kombinácii s inými metódami účinná (32%) (Graf 3). Ako bezpečnú hodnotilo terapiu až 97% respondentov (Graf 4).

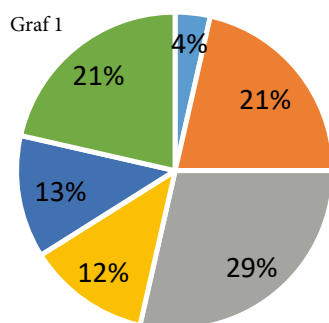
Výsledky výskumnej skupiny poskytli orientačný náhľad na zloženie klientely. Informácie a odporúčania terapie sa šírili najmä ústnym podaním v rámci tejto komunity (47%). Druhým najčastejším zdrojom boli samotní ošetrojúci lekári či iní zdravotní pracovníci (Graf 5). Väčšina klientov navštevuje hipoterapiu a rehabilitačné hodiny s kombinovanými problémami (40%) a s problémami fyziologického charakteru

(36%) (Graf 6). Zlepšenie, ktoré referovalo 95% respondentov (Graf 7), sledujeme hlavne v oblasti hrubej motoriky (40%). Výraznú pozitívnu zmenu klienti zaznamenali aj v psychickej (19% respondentov) a emocionálnej oblasti (15%). Nasleduje zlepšenie správania (11%), zlepšená sociálna integrácia (8%) a na koniec zlepšenie v jemných motorických úkonoch (7%) (Graf 8). Klienti, ktorí zatiaľ zmenu nezaznamenali (5% respondentov), svoju odpoveď odôvodnili nepravidelným alebo krátkym dochádzaním a využívaním hipoterapie. Až 92% respondentov uviedlo, že využívajú aj ďalšie druhy terapií ako napríklad Vojtovu metódu, Bobath koncept, ergoterapiu, canisterapiu a iné (Graf 9).

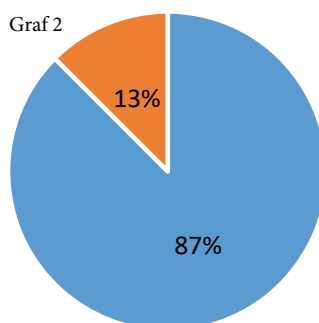
DISKUSIA

Porovnanie výsledkov v oboch skupinách ukázalo, že laická verejnosť je dobre a pravdivo informovaná o tom, akým spôsobom sa táto terapia využíva. Dokazuje to zhoda odpovedí na otázku číslo 4 v kontrolnej skupine s odpoveďami v otázke číslo 2 vo výskumnej skupine. Naše výsledky teda nasvedčujú tomu, že verejnosť je s daným druhom terapie úplne zoznámená. Či už prostredníctvom internetu alebo ústneho podania priateľov, ktorí zdieľajú výsledky pôsobenia hiporehabilitácie so svojim okolím (Graf 1 a Graf 5). Respondenti v kontrolnej skupine správne predpokladali účinnosť hipoterapie v kombinácii s inými metódami čo nám potvrdilo vyhodnotenie siedmej otázky vo výskumnej skupine. Tu účastníci hipoterapie naozaj uvádzali až v 92% účasť aj na iných druhoch terapie/rehabilitácie.

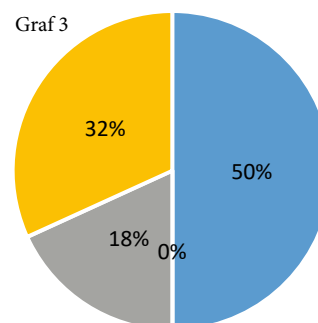
Výskum Govender a kol. (2016) dokazuje, že aj medzi terapeutmi je hipoterapia často pozitívne hodnotená a veľká časť z terapeutov (89%), ktorí hipoterapiu doposiaľ nevyužívali, zvažujú jej použitie v budúcnosti. Dôvera v tento rehabilitačný



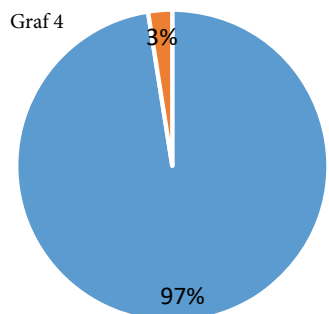
- a. Od lekára/psychológa /2
- b. Od známych/priateľov /12
- c. Z internetu /16
- d. Z tlače/letákov /7
- e. Z odbornej literatúry /7
- Iné /12



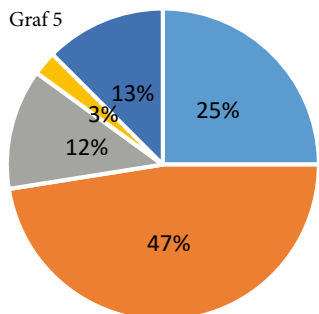
- Áno /35
- Nie /5



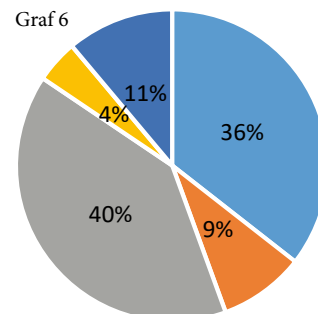
- Áno /22
- Nie /0
- Čiastočne /8
- V kombinácii s inou terapiou /14



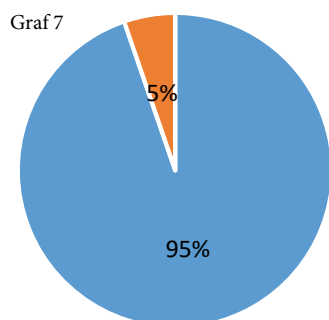
- Áno /39
- Nie /1



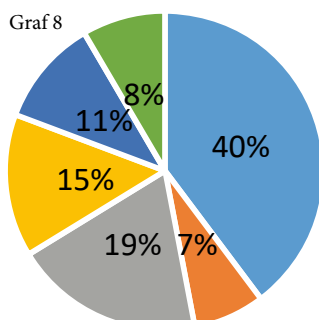
- a. Od lekára/psychológa /10
- b. Od známych/priateľov /19
- c. Z internetu /5
- d. Z tlače/letákov /1
- Iné /5



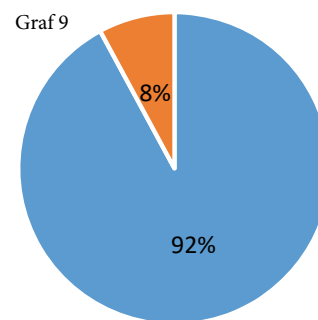
- a. Fyziologické /16
- b. Psychologické /4
- c. Kombinované /18
- d. Pedagogicko - výchovné /2
- e. Sociálne (kontakt) /5



- Áno /36
- Nie /2



- a. Hrubej motoriky (chôdza, práca s telom) /33
- b. Jemnej motoriky (úchop, práca s prstami) /6
- c. Psychickej /16
- d. Emocínálnej /12
- e. Správanie /9



- Áno /35
- Nie /3

Grafické znázornenie výsledkov odpovedí na otázku v kontrolnej skupine: Druhá otázka - Graf 1; piata otázka - Graf 2; Siedma otázka - Graf 3; ôsma otázka - Graf 4. Grafické znázornenie výsledkov odpovedí na otázku vo výskumnej skupine: Prvá otázka - Graf 5; druhá otázka - Graf 6; piata otázka - Graf 7; šiesta otázka - Graf 8; siedma otázka - Graf 9. V legende je za lomkou uvedený počet respondentov, ktorí volili príslušnú odpoveď.

postup medzi bežnou verejnosťou v našom prieskume je tiež pomerne vysoká (Graf 3). Po bezpečnostnej stránke sa tejto terapie zdráhali len respondenti, ktorí mali vyslovene strach z výšok, zvierat alebo konkrétne jazdy na koni (Graf 4). Avšak práve takéto prekonanie samého seba, svojho strachu môže byť výrazným terapeutickým činiteľom a mať pozitívny vplyv nie len na klienta s diagnózou ale aj na klienta bez nej. Účinnosť hipoterapie bola potvrdená výsledkami prieskumu z výskumnej skupiny. Respondenti uvádzali spokojnosť s pôsobením terapie nie len v najproblémovejších oblastiach daného klienta, ale tiež v mnohých ďalších, ako napríklad komunikácia, správanie, sebaopoznanie.

V našej výskumnej skupine sme sledovali najmä problémy fyziologického a kombinovaného charakteru (Graf 6). Respondenti s týmito ťažkosťami tiež najčastejšie uvádzali dobré a zreteľné pokroky práve v oblasti hrubej motoriky (Graf 8). Tento výsledok potvrdzuje aj výskum Rigby a Grandjean (2016) zameraný na všeobecné zlepšenie hrubých motorických schopností pri pravidelnom navštevovaní hipoterapie alebo výskum Hornáčka a kol. (2010), ktorý sa zaoberal pôsobením hipoterapie na posturálne a lokomočné problémy pri detskej mozgovej obrne. Navštevovanie hipoterapeutických jednotiek preukázalo zlepšenie stavu. Keďže poškodené lokomočné a posturálne funkcie obmedzujú každodenný život pacienta a bežné úkony, zlepšenie v tejto oblasti a dosiahnutie väčšej samostatnosti pre nich znamenalo zásadný pokrok.

Dobrá účinnosť však preukazuje hipoterapia aj v oblasti, ktorá sa v našom prieskume neukázala (absencia detí s poruchami učenia a vývinu reči vo výskumnej skupine). Práca Szamaranszkej a Filípkovej (2012) referuje kladné výsledky pri zameraní na deti s poruchami učenia a vývinu reči. Práve zvýšenie spontánnej komunikácie a verbálneho prejavu bolo jedným z najzásadnejších pokrokov u detí. Zaujímavosťou je, že táto zvýšená komunikácia spočiatku prebiehala najmä medzi dieťaťom a koňom, až neskôr dieťa vyvíjalo iniciatívu voči terapeutickému pracovníkovi, v školskom alebo rodinnom prostredí. Tento jav potvrdila aj práca Macauley (2006) kde účastníci výskumu preukazovali zvýšenú iniciatívu komunikovať práve so psím terapeutom. Je to dôležitý dôkaz toho, že zvieratá v terapii pôsobia ako silný motivačný činiteľ.

V týchto výskumoch, takisto ako v našom prieskume účastníci navštevovali zároveň rôzne iné druhy terapií a rehabilitácií (Szamaranská – Filípková 2012; Macauley 2006). V prípade pohybových problémov využívali najčastejšie Vojtovu metódu alebo Bobath koncept, u detí s problémovou rečou to bol najčastejšie logopéd alebo psychológ. Práve tento fakt by mohol do istej miery účinky hipoterapie spochybniť a položiť otázku, či výsledky boli dosiahnuté práve pôsobením hipoterapie. Rozdiely medzi štúdiami môžu spôsobovať aj rozdiely v používaných metódach, dĺžke trvania štúdie, rozdiely v počte absolvovaných terapeutických jednotiek, rozdiely v spracovaní dát a iné. Ďalšie podrobnejšie a detailnejšie zamerané výskumy by mohli odpoveď na túto otázku objasniť.

Väčšinou je hipoterapia využívaná ako doplnková alebo sprievodná terapia, prípadne terapia nadväzujúca po odznení aktuálnych stavov (Graf 9). V kombinácii s inými rehabilitačnými

metódami pôsobí ako komplexný typ terapie. Prax preukázala, že okrem priaznivého pôsobenia v žiadanej oblasti má pozitívny vplyv aj na iné oblasti ako napríklad zlepšenie vzťahov v rodine, rozvoj komunikatívnosti, sebaopoznanie, kritické myslenie, posilnenie psychomotoriky. Tieto závery vyplývajú aj zo súhrnnej štúdie Selby a Smith-Osborne (2013), kde analyzovali 14 štúdií zameraných na účinnosť biopsychosociálnych intervencií pomocou koňa v populácii s chronickým ochorením alebo zdravotnými problémami. To všetko sú zmeny, ktoré klasické metódy praktizované v ambulantnom prostredí privodia len ťažko. Tak môže byť hipoterapia využívaná aj ako preventívny prostriedok na udržanie optimálneho zdravia alebo jeho posilnenie v rôznych životných situáciách. Dnes existuje veľké množstvo štúdií (329 výsledkov pre heslo: hippotherapy, Web of Science, k dátumu: 30.11.2018), ktoré sa pôsobením hipoterapie zaoberajú a snažia sa ju posunúť na úroveň zabehnutých medicínsky overených postupov. Príkladom môže byť aj štúdia Kubota a kol. (2006), v ktorej zistili, že jazda na koni pomáha starším pacientom trpiacim na diabetes zvyšovať mieru vstrebávania glukózy. Len malé množstvo z existujúcich štúdií je však plne akceptovateľné. Taktiež Pauw (2000) vo svojom článku popisuje významnú diskrepanciu medzi výsledkami a zlepšeniami, ktoré popisujú rodičia či lekári a medzi štatistickou významnosťou dosiahnutých výsledkov. Ako zásadný problém vidí najmä malú veľkosť vzorky a rozdielne meracie zariadenia v rôznych štúdiách, ktoré sťažujú vzájomné zrovnávanie.

ZÁVER

V našom prieskume sme zistili, že laická verejnosť je v plnej miere (100%) informovaná a oboznámená s terapiou a jej pôsobením. O jej účinnosti sa dozvedeli hlavne prostredníctvom internetu (29%) a z ústneho podania známych a priateľov (21%). Pri porovnaní s účastníkmi terapie sme zistili, že odpovede na otázky týkajúce sa spôsobu využitia sa zhodujú a teda môžeme tvrdiť, že široká verejnosť má správne informácie o tomto druhu terapie. Vo výskumnej skupine výsledky ukázali, že pacienti najčastejšie navštevujú terapiu s problémami kombinovanými a fyziologickými (76%). Tieto problémy zároveň predstavujú skupinu ťažkostí, ktoré sa navštevovaním terapie signifikantne zlepšujú. Zlepšenie referovalo až 95% respondentov výskumnej skupiny a to hlavne v oblasti hrubej motoriky (40%). Práve hrubá motorika je dôležitá pre každodenné úkony a preto je zlepšenie v tejto sfére pre pacientov kľúčové.

POĎAKOVANIE

Poďakovanie patrí projektu Špecifického výskumu Masarykovej univerzity MUNI/A/1268/2017 za ktorého podpory mohol tento článok vzniknúť. Ďalej by som rada poďakovala členkám jazdeckého klubu JK Limit za asistenciu pri obrazovej dokumentácii. V neposlednom rade ďakujem pani

magistre Božke Minkovej-Borgulovej z hiporehabilitačného centra HIPONY za pomoc pri hľadaní účastníkov výskumu a za praktické uvedenie do hiporehabilitačnej praxe.

LITERATÚRA

- Babbie, E. (2014): *The practice of social research, fourteenht edition*. Canada, 566 p.
- Bizub, A. L. – Joy, A. – Davidson, L. (2003): „It's like being in another world“: Demonstrating the benefits of therapeutic horseback riding for individuals with psychiatric disability“. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 26(4), 377–384.
- Černá Rýněšová, P. (2011): *Když kůň léčí duši, aneb metodika hiprehabilitace zaměřená na klienty s duševním onemocněním*. Pardubice: Direkte, s.r.o, 120 s.
- Dušek, J. a kol. (1992): *Chov koní v Českoslovesnu*. Praha: Brázda, 173 s.
- Hollý, K. – Hornáček, K. (1998): *Hipoterapia liečba pomocou koňa*. Bratislava: Tlačové centrum Ideálne mládežníckej aktivity, Slovenská hipoterapeutická asociácia a Zväz telesne postihnutej mládeže, 181 s.
- Govender, P. – Barlow, C. – Ballim, S. (2016): Hippotherapy in occupational therapy practice. *South African Journal of Occupational Therapy*, 46(2), 31–36.
- Hornáček, K. – Kafková, A. – Páleníková, A. (2010): Působenie hipoterapie na rôzne posturálne lokomočné funkcie pri spastickej kvadruparetickej forme detskej mozgovej obrny. *Lekársky obzor*, 59(7–8), 282–286.
- Janura, M. – Peham, Ch. – Dvorakova, T. – Elfmark, M. (2009): An assessment of the pressure distribution exerted by a rider on the back of a horse during hippotherapy. *Human Movement Science*, 28, 387–393.
- Kubota, M. – Nagasaki, M. – Tokudome, M. – Shinomiya, Y. – Ozawa, T. – Sato, Y. (2006): Mechanical horseback riding improves insulin sensitivity in elder diabetic patients. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 71, 124–130.
- Macaulay, B. L. (2006): Animal-assisted therapy for persons with aphasia: A pilot study. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 43(3), 357–366.
- Pauw, J. (2000): Therapeutic horseback riding studies: Problems experienced by researchers. *Physiotherapy*, 86(10), 523–527.
- Rigby, B., R. – Grandjean, P., W. (2016): The Efficacy of Equine-Assisted Activities and Therapies on Improving Physical Function. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 22(1), 9–24.
- Selby, A. – Smith-Osborne, A. (2013): A Systematic Review of Effectiveness of Complementary and Adjunct Therapies and Interventions Involving Equines. *Health Psychology*, 32(4), 418–432.
- Szamaranská, I. – Filipková, B. (2012): Nechodím na terapiu, chodím na kone alebo využitie hiporehabilitácie a pedagogicko-psychologického jazdenia pri deťoch s poruchami učenia a vývinu reči. *Sociálne a politické analýzy*, 6(2), 79–96.
- Tauffkirchen, E. (2000): Kinder-Hippotherapie. In: I. Strauss (Ed.), *Hippotherapie, neurophysiologische Behandlung mit und auf dem Pferd* (107–166). Stuttgart: Hippokrates.
- Teichmann Engel, B. (2008): *Therapeutic riding. 1., Strategies for instruction. Part 1*. Durango, 332 p.
- Teichmann Engel, B. – Galloway, M. L. – Bull, M. P. (2009): *The horse, the handicapped and the riding team in a therapeutic riding program: A training manual for volunteers*. Durango, 226 p.
- Česká hiporehabilitační společnost [online]. [cit. 2018-11-29]. Dostupné z: <<http://hiporehabilitace-cr.com/provozovatele-hiporehabilitace/>>
- Slovenská hipoterapeutická asociácia [online]. [cit. 2018-11-29]. Dostupné z: <<http://www.hipoterapia-sha.sk/sha-hipoterapia-sk/5-Odborna-zo-na/45-Specialne-olympiady>>
- Survio [online]. © 2012-2016 [cit. 2016-3-5]. Dostupné z: <<http://www.survio.com/cs/>>

AUTORI

Boriová, Soňa Mgr. (*1994, Bratislava). Doktorská študentka v odbore Antropológia na MU v Brne. V súčasnosti sa venuje najmä archeozoológii a problematike tafonómie na pleistocénnom osteologickom materiáli živočíšneho aj ľudského pôvodu. Kontakt: Mgr. Soňa Boriová, Ústav antropologie Přírodovědecké fakulty Masarykovy univerzity, Kotlářská 2, 611 37 Brno

Středisko pro paleolit a paleoetnologii Archeologického ústavu AVČR, Brno, Dolní Věstonice 25, 691 29;
e-mail: 423795@mail.muni.cz

Pěnička, Robin RNDr., Ph.D. (*1984, Havířov), český antropolog. Odborný asistent Ústavu antropologie Přírodovědecké fakulty MU. Zaoberá sa najmä archeologickou antropológiou, kostrovou antropológiou a dejinami antropologického myslenia. Vo vedecko-výskumnej činnosti sa zameriava na štúdium telesných vlastností a spôsobu života obyvateľstva rannej stredovekej Moravy, sociokultúrne aspekty modernej konzumnej spoločnosti a problematiku ľudí „na okraji“.

Kontakt: RNDr. Robin Pěnička, Ph.D. Ústav antropologie Přírodovědecké fakulty MU, Kotlářská 2, 611 37 Brno;
e-mail: robin.penicka@email.cz